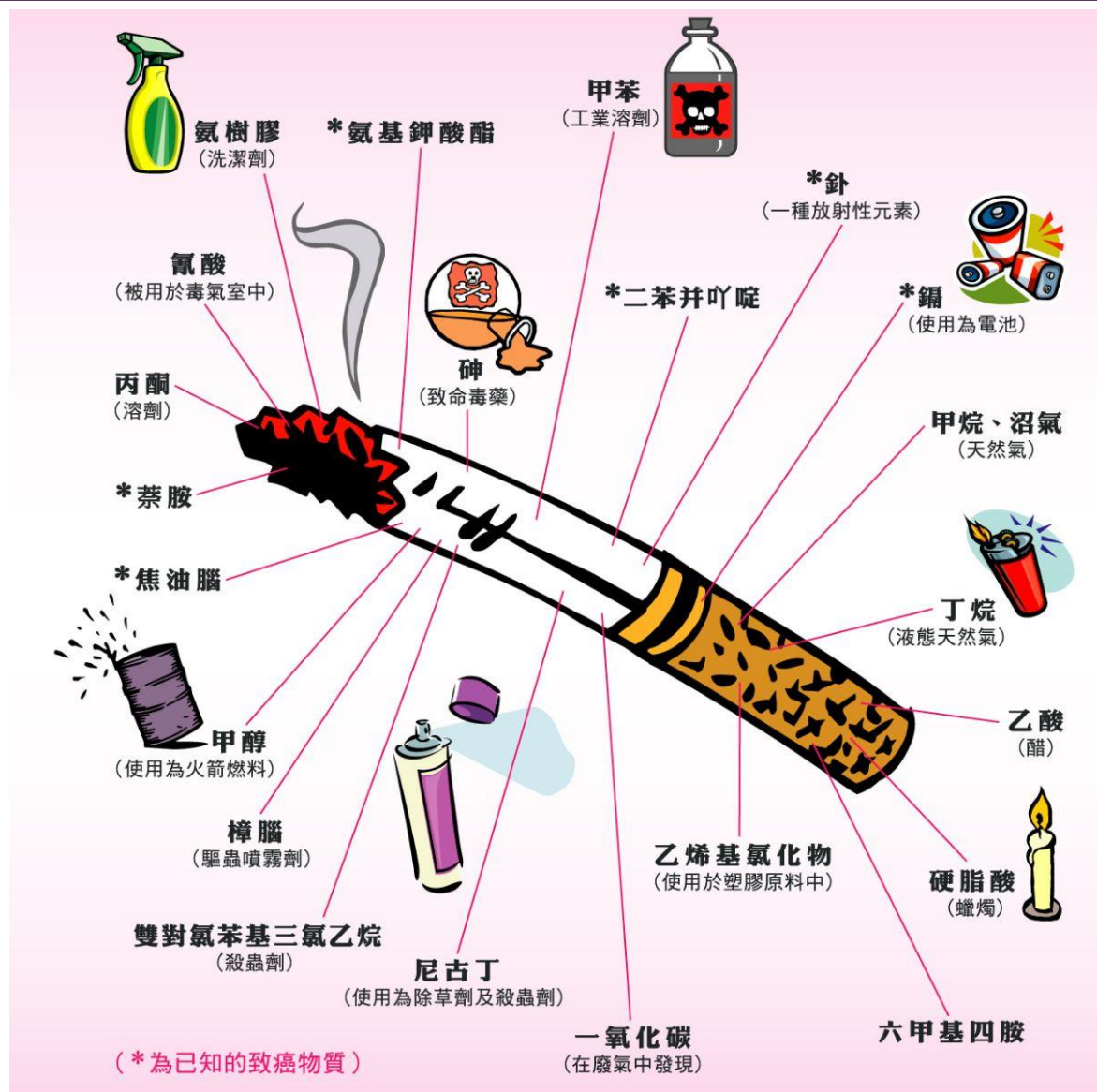


菸、酒、檳危害防制宣導教材 大專院校版

桃園市政府衛生局製



認識菸害



紙菸的菸煙中有7,000 多種化學物質，其中93 種致癌成分中有15 種被國際癌症研究署列為「第一級致癌物」。

尼古丁-高成癮性物質

焦油 (主要致癌物)-沉積於肺葉、破壞肺泡、導致肺纖維化

一氧化碳-與紅血球結合率為氧氣的200倍



二、三手菸(煙)危害



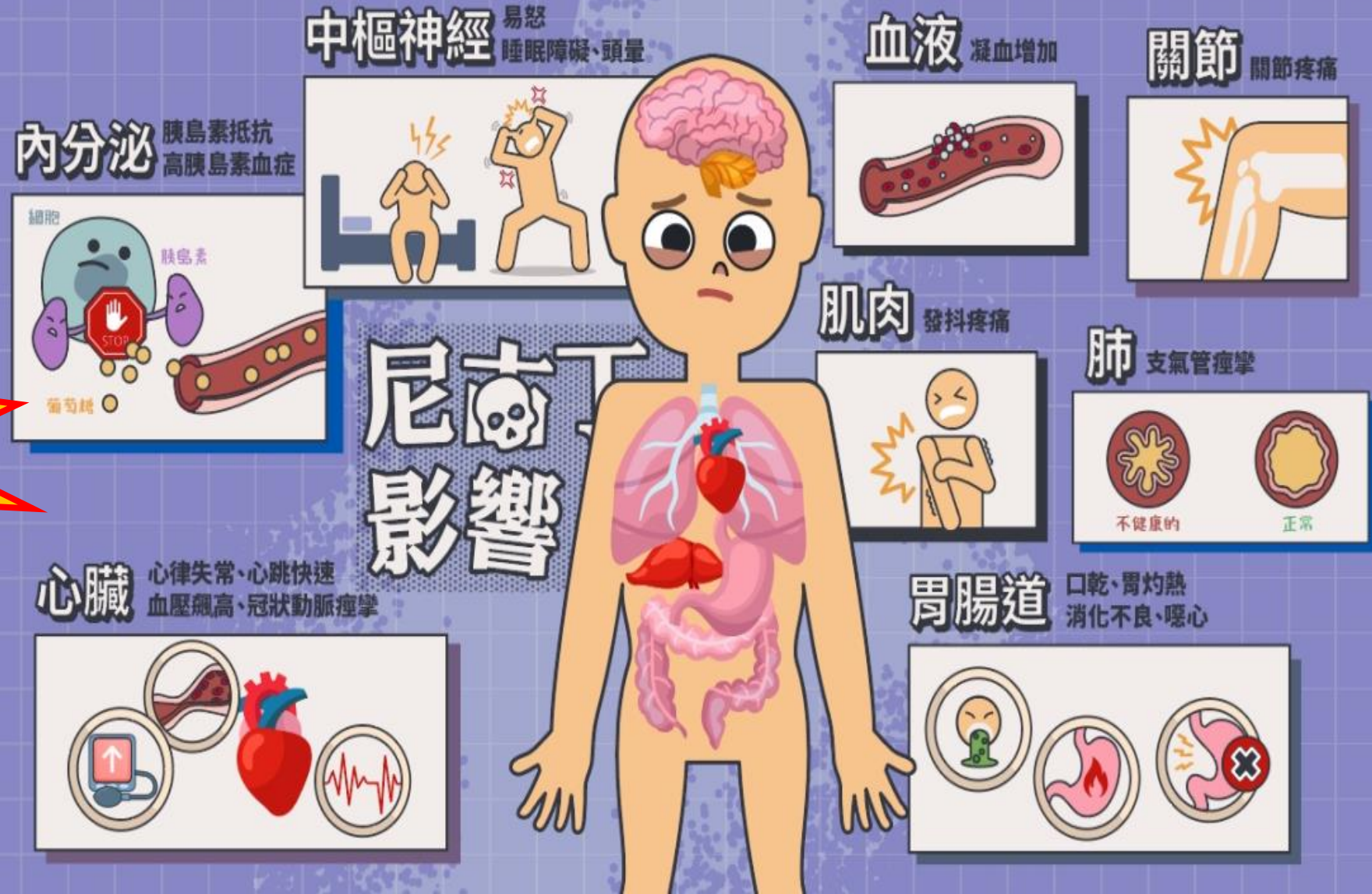
電子煙有二、三手菸(煙)
旁人健康依然遭殃

使用電子煙吐出的煙霧可測得尼古丁、重金屬、超細懸浮微粒等有害物質，且三手菸(煙)會殘留環境至少半年，即使不含尼古丁的電子煙也會抑制免疫功能，讓他人暴露在風險中。



菸品的危害

尼古丁影響中樞神經
及全身



電子煙危害防制

菸害防制新法上路-全面禁止電子煙

加重罰責

全面禁止電子煙，違者重罰，民眾使用也受罰

- 製造、輸入業者，處1000萬元~5,000萬元
- 製作廣告、接受傳播或刊載者，處40萬元~200萬元
- 販賣、展示者，處20萬元~100萬元
- 供應者，處1萬元~25萬元
- **使用者，處2千元~1萬元**

電子煙為何會危害健康？



- 世界衛生組織指出許多標榜無尼古丁之煙油，皆測出含有尼古丁

電子煙的危害

高濃度尼古丁易過
量造成**中毒**

電子煙油添加大麻、
安非他命等**毒品**

電子煙具高度成癮
性**無助戒菸**

電子煙內含**一級致癌物**甲醛、乙醛、亞硝酸
胺

電子煙**自然爆炸**
事件頻傳

吸菸、使用電子煙會
增加感染COVID-19
的風險

桃園市政府衛生局

電子煙可能爆炸

拒絕使用電子煙

使用電子煙

小心面目全非

廣告

電子煙也有二、三手菸(煙)危害



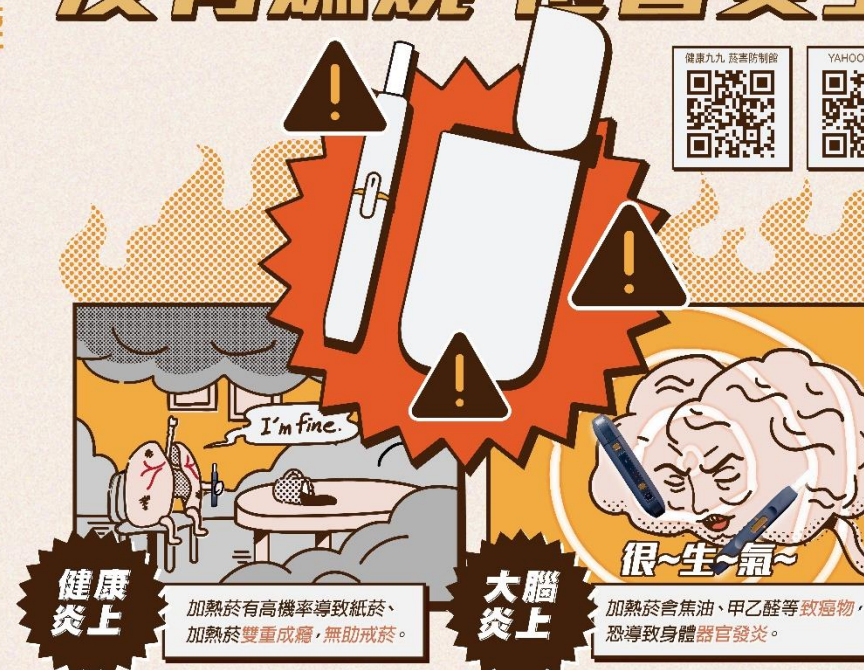
加熱菸危害

加熱菸危害沒有比較少

加熱菸危害沒有比較少

Hurt Without Burning

加熱式菸品 沒有燃燒 也會炎上



**健康
炎上**

加熱菸有高機率導致紙菸、
加熱菸雙重成癮，無助戒菸。

**大腦
炎上**

加熱菸會焦油、甲醛等致癌物，
恐導致身體器官發炎。

No smoking under age 20



**親友
炎上**

加熱菸會產生二、三手菸及PM1，
影響身邊人的健康權益。

**荷包
炎上**

加熱菸價格高昂，民衆違反《菸害防制法》
最高處500萬罰鍰喔！

未滿20歲使用菸品都是違法的喔！

加熱菸對健康的危害

加熱式菸品的健康危害...



心血管疾病
心肌梗塞



肺部疾病
慢性阻塞
性肺病



呼吸道/黏膜
氣喘(哮喘)



情緒/精神影響
更容易對菸
酒藥物成癮

禁止攜帶加熱菸入境

經費由國民健康署運用菸品健康福利捐支應

出國旅遊人數增加

目前攜帶**加熱菸**入境違法並開罰
重罰至少新臺幣5萬元

菸害防制法第26條規定

如旅客入境攜帶 本法所禁止之產品
不論數量多寡，依本法處新臺幣
5萬元至5百萬元罰鍰
並銷毀或退運該菸品

免費戒菸諮詢專線
0800-63-63-63

HPA
衛生福利部
國民健康署

廣告



The illustration shows a woman with long dark hair, wearing an orange hat, a green shirt, and an orange skirt, holding a large open map. Next to her is a brown suitcase with a handle and straps. Above the woman is a red circle with a diagonal line through it, containing a black cigarette with smoke, representing a 'no smoking' sign. The background is a light yellow with stylized white clouds.

有關青少年菸害防制相關法規

菸害防制新法上路-未滿20歲不得吸菸

禁菸年齡 
未滿20歲

+2 歲 

-  78.3%吸菸者在20歲前第一次吸菸
-  提高禁菸年齡是國際趨勢
如美國、新加坡、日本、泰國



菸害防制新法上路-擴大禁菸場所

菸害防制法修正通過 擴大禁菸場所，守護兒少健康



大專院校以下校園內全面禁止吸菸

讓我們共同守護
清新、安全、友善健康的無菸校園



全蛋慕 (1)

菸害防制新法上路-擴大禁菸場所

■ 依據菸害防制法第18條、第19條各款

禁菸範圍-

工作：三人以上室內工作場所、政府機關、公營、金融機構、郵局、電信業

食：餐飲店(如：咖啡館、速食店、中西式餐廳等)

衣：商場(如：百貨公司、便利商店、超商、大賣場等)

住：旅館、電梯、醫療機構、護理機構、其他醫事機構及社會福利機構

行：大眾運輸工具、計程車、遊覽車、捷運系統、車站及旅客等候室等

育：各級學校、幼兒園、托嬰中心、居家事托育服務場所、圖書館、實驗室、表演廳、禮堂、展覽室、會議廳、博物館、美術館、其他文化或社會教育機構，及其他供兒童及少年教育或活動場所

樂：歌劇院、電影院、視聽歌唱業(如：KTV、MTV、卡拉OK)、資訊休閒業(如：網咖)、體育、運動或健身場所，及其他供公眾休閒育樂場所

室內全面禁菸除設有吸菸室：旅館、商場、餐飲店、**酒吧**、**夜店**、老人福利機構等

室外全面禁菸除設有吸菸區：圖書館、博物館、美術館、社教機構、體育場、游泳池、老人福利機構等

■ 於禁菸場所吸菸者，經舉發將**處以新臺幣2,000-1萬元**



青少年菸害防制 Q & A

- Q：小兔就讀大學一年級（未滿20歲），在校內抽菸，小兔的行為是否違法？
- A：依菸害防制法新法規定，**大專院校全面禁菸**，違規吸菸者，將處以2,000元至1萬元罰鍰，且**未滿20歲吸菸者**，**須接受戒菸教育**。

正確戒菸管道



檳榔危害防制

檳榔在口中咀嚼的感覺像.....



檳榔的粗纖維就如同菜瓜布在口中摩擦「牙齒」及「口腔黏膜」，牙齒會變黑、磨損、動搖以及傷害牙齦，使得牙床下移形成牙周病。



檳榔子不加任何配料，
就不會致癌？





檳榔的危害

幫兇

荖花、荖藤
含有黃樟素
會導致肝癌
及口腔癌

幫兇

荖葉
農藥殘留加速
口腔健康危害

致癌真兇

檳榔子
不加配料
就會致癌

幫兇

紅灰、白灰
使口腔環境變鹼
造成細胞癌化

其中的**檳榔鹼**與**檳榔素**為
致癌真兇!!在口中產生**亞**
硝酸誘導產生腫瘤



不只添加物會增加風險
檳榔子本身就會致癌！

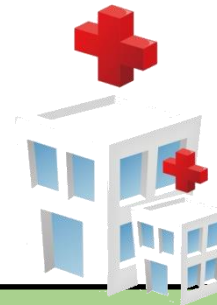
國際癌症研究中心（IARC）

2003年確定檳榔為一級致癌物！

檳榔致癌-麥哺 麥揪 麥請！



桃園市戒檳衛教服務醫療機構



機構名稱	聯絡電話	地址
衛生福利部桃園醫院	369-9721 分機1294	桃園區中山路1492號
沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人聖保祿醫院	361-3141 分機2135	桃園區建新街123號
長庚醫療財團法人林口 長庚紀念醫院	328-1200 分機2513	龜山區復興街5號
長庚醫療財團法人桃園 長庚紀念醫院	319-6200 分機3356	龜山區舊路里頂湖路123號
敏盛綜合醫院	317-9599 分機7358	桃園區經國路168號
聯新國際醫院	494-1234 分機4165	平鎮區廣泰路77號

飲酒危害防制

拒絕飲酒人生



認識酒害

消化系統

- 胃潰瘍、胃出血
- 脂肪肝、肝炎、肝硬化
- 急性胰臟炎

中樞神經

- 失智症
- 憂鬱症
- 幻覺與妄想



新陳代謝

- 維他命缺乏
- 血脂肪增加

心血管

- 高血壓
- 心肌病變

骨骼

- 髖關節骨折

現今酒後駕車釀禍新聞頻傳



不良嗜好導致口腔癌之危險率

不良嗜好	致癌倍率
無不良嗜好	1 倍
嚼檳榔	28 倍
酗酒 + 嚼檳榔	54 倍
吸菸 + 嚼檳榔	89 倍
	123 倍

參考影片

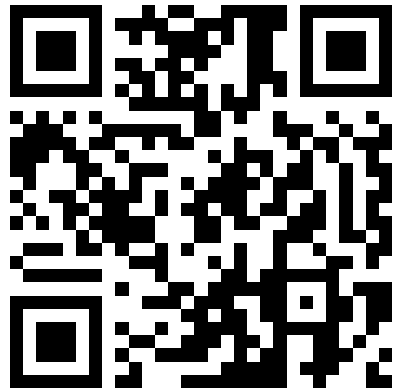


資料來源：國民健康署科普實驗參考影片-帶口罩領獎金

電子煙宣導資源



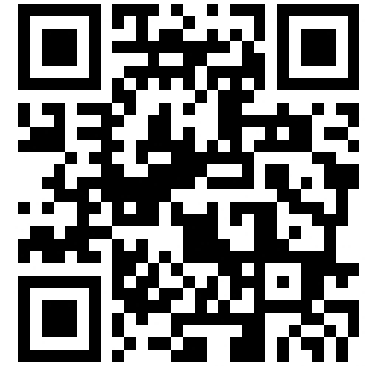
你應該知道的電子煙.
加熱式菸品30問



桃園市政府衛生局無菸網



國民健康署-菸害防制-
電子煙防制專區



別碰電子煙
(國健署電子煙最新文宣)